

SAMEN AAN TAFEL

Chiel Vleesenbeek en Wim de Groot

Samen aan tafel



Met je kind in gesprek over het avondmaal

Boekverzorging: Flashworks ontwerpers, Kampen
Illustraties: Ilze Jonkman / skilzcreatiefmaatwerk.nl

ISBN 978 90 435 4431 3

NUR 707

www.kokboekencentrum.nl

© 2026 KokBoekencentrum Uitgevers, Utrecht

Alle rechten voorbehouden. Tekst- en datamining zijn niet toegestaan.

KokBoekencentrum Uitgevers vindt het belangrijk om op milieuvriendelijke en verantwoorde wijze met natuurlijke bronnen om te gaan. Bij de productie van het papieren boek van deze titel is daarom gebruikgemaakt van papier waarvan het zeker is dat de productie niet tot bosvernietiging heeft geleid.

INHOUD

| | |
|---|----|
| Inleiding | 11 |
| De ontwikkeling van je kind | 15 |
| De blikrichtingen van het avondmaal | 19 |
| 1 Jaar Het avondmaal is een dikke knuffel | 23 |
| 2 Jaar Het avondmaal is imiteren | 27 |
| 3 Jaar Het avondmaal is een traktatie | 31 |
| 4 Jaar Het avondmaal is herinneren | 35 |
| 5 Jaar Het avondmaal is samen eten | 39 |
| 6 Jaar Het avondmaal maakt Jezus voelbaar | 43 |
| 7 Jaar Het avondmaal is de liefdesmaaltijd van Jezus | 47 |
| 8 Jaar Het avondmaal is levenskracht ontvangen | 51 |
| 9 Jaar Het avondmaal is vol vergeving | 57 |
| 10 Jaar Het avondmaal verbindt je met Pesach | 61 |

| | | |
|----------------|--|----|
| 11 Jaar | Het avondmaal is naar binnen kijken | 67 |
| 12 Jaar | Het avondmaal is kiezen voor Jezus | 71 |
| 13 Jaar | Het avondmaal is vooruitkijken | 75 |
| 14 Jaar | Het avondmaal is een maaltijd voor onderweg | 79 |
| 15 Jaar | Het avondmaal is een maaltijd vol dankbaarheid | 83 |
| 16 Jaar | Het avondmaal is geen besloten feestje | 87 |
| 17 Jaar | Het avondmaal is geholpen worden | 91 |
| 18 Jaar | Het avondmaal is geroepen worden | 97 |

Inleiding

Voor ouders

Kinderen zien opgroeien is heel mooi. Opvoeden is een prachtige taak, maar het vraagt soms ook veel. Sommige dingen gaan vanzelf, maar het kan best lastig zijn om aan alles aandacht te geven. Dit boekje wil je helpen met je kind aan het avondmaal te gaan. In veel kerken is dit een ontwikkeling van de laatste jaren. Er is een redelijk grote kans dat je als ouder, toen je kind was, niet aan het avondmaal mocht gaan. Terwijl je dat nu wel met jouw kind gaat doen. Dat betekent dat je geen voorbeeld hebt gehad hoe je dat doet: geloofsofvoeding thuis over het avondmaal. Dit boek is geschreven om je daarbij te helpen. Voor alle leeftijden is er een hoofdstuk om eens per jaar mee aan

het werk te gaan. Zo kun je achttien jaar lang met je kind onderweg zijn. Je weet niet hoe deze weg met je kind zal gaan. Gedurende die achttien jaar zal je kind vrijwel zeker door een fase gaan waarin ze¹ zich zal afzetten tegen geloof en kerk. Dit boek biedt materiaal voor gemotiveerde gesprekken. Het is zoeken voor ouders wanneer kinderen niet mee naar de kerk willen of aan het avondmaal. In dit boek mag je als ouders daarin je eigen afwegingen maken, maar wij geloven dat de gesprekken en opdrachten vaak ook uitvoerbaar zijn als je kind niet gemotiveerd is en dat het kan helpen in zulke fases juist weer even contact te hebben.

1 Waar we in de tekst voor je kind zij/ze en haar gebruiken, kun je ook hij, hem en zijn lezen.

Voor kinder- en jeugdwerkers

Misschien heb je van dit boek gehoord en ben je zelf geen ouder. Je bent misschien actief in het kinder- of jeugdwerk in je kerk. Dan kan dit boek zeker van toegevoegde waarde zijn. We denken dat veel van deze opdrachten ook prima een plek in het jeugdwerk kunnen hebben. Toch is dit boek allereerst bedoeld voor ouders omdat we vinden dat juist ouders zo'n belangrijke plek hebben in de geloofsopvoeding en we ze daar handvatten voor willen geven. Wil je dit boek gebruiken in het kinder- of jeugdwerk, overleg dat dan goed met de ouders uit je kerk, want we zouden het jammer vinden als ouders daardoor dit boek niet meer gebruiken.

Inhoud

Dit boek wil jou als ouder allerlei achtergrondinformatie over het avondmaal meegeven. De eerste alinea's van een hoofdstuk zijn daarom altijd speciaal gericht op ouders. Lees ze dus door voordat je met je kind in gesprek gaat. Je kunt ervoor kiezen iets van de inhoud te delen,

maar dat hoeft niet. De leesteksten, vragen en opdrachten zijn verwerkingen van de inhoud. Je kunt als ouder op het moment dat het jou goed lijkt terugkomen op de inhoud, maar deze teksten zijn niet op kinderniveau geschreven. Wanneer je kind in de tienerleeftijd komt, kun je uiteraard de keuze maken om deze gedeelten wel samen te lezen.

Er is een apart hoofdstuk waarin we de verschillende blikrichtingen van het avondmaal nog eens onder elkaar zetten. Deze blikrichtingen zijn belangrijk voor de manier waarop we over het avondmaal denken en komen op verschillende plekken in het boek terug.

We weten dat niet alle kinderen die aan het avondmaal gaan gedoopt zijn, maar we gaan daar in dit boekje wel vanuit. De verbinding van deze twee sacramenten is voor ons belangrijk. Deze twee sacramenten worden door Jezus aan de kerk gegeven als teken van zijn verbond. Hoewel de sacramenten van elkaar verschillen, gaan ze uiteindelijk over dezelfde genade en liefde. Heb je je kind niet laten dopen,

maar laten opdragen, dan is het boekje ook bruikbaar. Er zijn dan wat opdrachten die je iets anders moet lezen. Bijvoorbeeld: foto's bekijken van de doopzondag wordt dan foto's bekijken van de zondag waarop je kind werd opgedragen.

Als laatste willen we hier nog vermelden dat we het belangrijk vinden dat een kind aan het avondmaal deelneemt zoals het past bij haar leeftijd. Het begrijpen van het avondmaal vinden we (we zijn nu eenmaal theologen) belangrijk. Maar het avondmaal is meer dan begrijpen en begrijpen doe je ook nog eens niet alleen met je hoofd. We willen daarom door de hoofdstukken heen heel de mens aan bod laten komen.

Aan het slot van ieder hoofdstuk staat ook nog een tip voor een lied. Met een online zoekopdracht of met een muziekapp vind je gemakkelijk het betreffende liedje. We geven geen linkjes omdat die na verloop van tijd vaak verouderen.

Opgroeien

Je kind is nu misschien nog klein. Je kunt

de vraag hebben wat je met een dreumes kunt doen of wat je met een peuter te bespreken hebt. Dat is precies waar we bij willen helpen! We geloven dat geloofsopvoeding op elke leeftijd plaatsvindt en daar hebben we rekening mee gehouden in het boek. Als ouder ben je het grote voorbeeld van wie je kind af kan kijken. Naast de inhoud is dan ook de manier waarop je daarin met elkaar bezig bent erg belangrijk. Over de verschillende ontwikkelingsleeftijden van kinderen hebben we een apart hoofdstuk geschreven waarin we uitleggen wat je wel en niet van je kind kunt verwachten. Natuurlijk is ieder kind weer een beetje anders, dat ga je als ouder wel ontdekken. Wij hebben ons best gedaan, maar het zal soms ook wat improvisatie van jou als ouder vragen.

Het boek gebruiken

Hoe gebruik je dit boek nu? Wij hopen: ieder jaar opnieuw, meegroeïend met je kind of kinderen. We hebben materiaal voor achttien jaar gemaakt en daaruit kun je putten.

Het lijkt ons goed als je een vast moment pakt. Het mooiste vinden wij het moment dat je kind is gedoopt. Door de doop is je kind onderdeel van de gemeente en is de tafel ook geopend. Dat moment kun je markeren door jaarlijks dit boekje erbij te pakken en samen aan de slag te gaan. Zo markeer je beide sacramenten tegelijk. Is je kind niet gedoopt, of komt dat moment niet uit? Kies dan een ander goed moment. Bijvoorbeeld het begin van de adventsperiode. Of het einde van een van de vakanties. Regelmaat is daarin niet alleen goed voor kinderen, ook voor ouders! Dus zet vooral een herinnering in je agenda, want een jaarlijks moment vergeet je gemakkelijk!

Dan over de improvisatie. Wij hebben ons best gedaan om aan te sluiten bij de ontwikkelingsleeftijd van kinderen. Toch zal blijken dat niet ieder jaar even goed aansluit. Lees daarom het hoofdstuk even door als ouder en als je denkt: dit sluit niet aan, voel je dan vrij om

- de opdrachten of bijbelteksten wat aan te passen. Of:
- vooruit/achteruit te kijken naar andere hoofdstukken, want misschien sluiten die wel beter aan bij jouw kind.

We beginnen dit boek bij jaar één. Toch begrijpen we dat er allerlei redenen zijn om als kerk wel kinderen aan het avondmaal toe te laten, maar een andere leeftijdsgrens te hanteren. Wij maken die grens niet om alle situaties te kunnen bedienen. Maar het is geen probleem om pas ergens midden in het boekje te starten, want de hoofdstukken zijn los te gebruiken. Dat kan ook als je dit boek pas in bezit krijgt als je kinderen al ouder zijn. We hopen voor iedereen van betekenis te kunnen zijn.

Chiel Vleesenbeek en Wim de Groot

De ontwikkeling VAN JE KIND

Het verschilt per kerk of gezin wanneer kinderen meedoen aan het avondmaal. Dit boek biedt hoofdstukken vanaf 1 jaar, omdat er kerken zijn waar kinderen meedoen vanaf het moment dat ze een stukje brood kunnen eten. Hoe je kind deelneemt aan het avondmaal zal door de jaren heen erg verschillend zijn. Daarom willen we een paar korte beschrijvingen geven van de ontwikkelingsfasen van kinderen bij het opgroeien. We proberen vervolgens in de hoofdstukken aan te sluiten bij de ontwikkelingsfase van een kind. Zoek je nog meer informatie over de ontwikkeling van je kind als het gaat om de geloofsopvoeding? Lees dan ook eens *De 'goed genoeg'-ouder* van Michelle Dusseldorp en Willemijn de Weerd.

0-2 JAAR | BABY EN DREUMES

Je baby bouwt in deze fase vertrouwen op in mensen in haar omgeving. Baby's worden graag aangeraakt en geknuffeld. Communiceren gebeurt vaak non-verbaal, bijvoorbeeld door gebaren en gezichtsuitdrukkingen. Toch ontwikkelt taal zich al in het eerste jaar en begrijpen baby's veel sneller dingen dan ze die kunnen zeggen. Met regelmaat voorlezen op schoot is daarom belangrijk. Zintuigelijke ervaringen zoals ruiken en proeven, en daarop reageren, zijn heel belangrijk in deze fase.

Wanneer je in deze fase begint met het meenemen van je kind aan het avondmaal, dan heeft je baby niet veel meer nodig dan je nabijheid. De toerusting voor het avondmaal is er in deze fase op gericht om als ouder terug te kijken op de doop en te overwegen wat in jouw situatie de

passende plek voor jou en je kind bij het avondmaal is.

2-4 JAAR | PEUTER

Je peuter wordt zelfstandiger, maar nabijheid blijft belangrijk. Peuters gaan meer begrijpen, ze praten en begrijpen regels. Bewegen en voelen blijven nog steeds extra belangrijk. Omdat ze hun emoties nog niet zo goed beheersen, zorgt de stap naar zelfstandigheid ook voor frustratie, wat nog weleens voor driftbuien zorgt.

Je blijft nabij door begrip te tonen, gerust te stellen of juist af te leiden. Vanuit jouw nabijheid zullen peuters steeds meer zelf willen gaan doen, ook bij de avondmaals-tafel. In de jaren 2-4 in dit boek gaat het om samen doen en stilstaan bij gevoelens.

4-6 JAAR | KLEUTER

Je kleuter gaat in deze fase verder met de ontwikkelingen uit de peutertijd. Kleuters worden echt zelfstandig, gaan naar

school en hebben (min of meer) geleerd om met hun emoties om te gaan. Kleuters vinden leren en ontdekken leuk. Ook worden ze creatief en fantasierijk. Ze hebben ouders nodig als steun in de omgang met de verschillende mensen die ze ontmoeten en kijken gedrag van je af.

Wanneer je kleuter meegaat aan het avondmaal zal ze dat vanzelfsprekend vinden. Je kleuter wordt nieuwsgieriger en zal al iets gaan begrijpen van de betekenis van het avondmaal. In het boek komen hier de eerste gespreksopdrachten.

6-12 JAAR | KIND

Je kind weet steeds meer en ontwikkelt over veel dingen een mening. De mening van anderen beïnvloedt kinderen ook, hierdoor willen ze soms iets heel graag of juist niet. Het denkende brein wordt sterker bij kinderen. Hoe ouder ze worden, hoe vaker ze denken voor ze doen. Ook houden ze in deze fase erg van feiten en andere informatie.

Wanneer je in deze jaren je kind meeneemt aan het avondmaal zal dat over het algemeen zonder veel moeite gaan. Deze fase is daarom erg geschikt om vanuit de positieve nieuwsgierigheid van je kind samen van alles te ontdekken over het avondmaal.

10-16 JAAR | PUBER

Zoals je aan de leeftijden kunt zien, overlapt het begin van de puberteit met het kind-zijn. Het moment waarop een kind in de puberteit komt, kan heel wisselend zijn. Pubers zetten een volgende stap naar zelfstandigheid. Hun smaak en stijl wordt meer eigen omdat ze nadenken over wat ze belangrijk en interessant vinden. Vrienden of (online) rolmodellen zijn daarin erg belangrijk. Deze fase zorgt ook voor verwarring en onzekerheid. Ook al lijkt het soms niet zo, ouders zijn en blijven belangrijk. Pubers proberen uit en verleggen grenzen. Ouders zijn veilige personen om hiermee te experimenteren. Voor pubers

is de echtheid van volwassenen heel belangrijk.

In deze fase is het zeker niet vanzelfsprekend dat je puber gewoon achter je aan gaat naar het avondmaal, maar dat kan sterk per persoon verschillen. In deze fase ontdekken pubers ook hun eigen voorkeur en houding naar God en de kerk. Experimenteren met (niet meegaan aan) het avondmaal past daar ook bij. Van ouders hebben ze vrijheid nodig, maar grenzen blijven net zo belangrijk. Voorbeeldgedrag van jou als ouder is dus belangrijk. Pubers kijken goed naar de manier waarop jij omgaat met het avondmaal. Ze hebben zowel duidelijkheid als steun nodig.

In de jaren 10-16 in dit boek gaan jullie verder met verkennen van het avondmaal. De opdrachten zullen wat meer gericht zijn op gesprek. Jullie gaan vooral goed om je heen kijken bij het avondmaal, maar ook voor het eerst naar binnen kijken.

16+ | JONGERE

Je kind maakt vanaf hier zijn laatste ontwikkelingsstap naar zelfstandigheid door. De studie- of beroepskeuze is erg belangrijk en bepaalt mede hoe de ontwikkeling er in deze fase uitziet. In deze fase wordt de rol van ouders minder bepalend en meer adviserend. Maar er zijn nog allerlei uitdagingen voor je kind waarin de stem van ouders zeer welkom is.

Je jongere groeit in deze fase ook toe naar een compleet zelfstandige keuze over meedoen met het avondmaal in de kerk. Het kan een fase vol twijfel en moeite zijn, en daarin kan het avondmaal ook een maaltijd voor de weg door deze fase heen zijn. Deze onderwerpen komen dan ook terug in de hoofdstukken van dit boek.

Wij hopen door de opbouw van het boek aan te sluiten bij de situatie van jou en je kind. Tegelijk kan het zo zijn dat je bij het lezen van een hoofdstuk later of eerder denkt dat dat toch veel passender is. Dan moedigen we je aan om daarin zelf je keuzes te maken, want jij kent je kind het beste.





In steeds meer protestantse kerken

kunnen kinderen deelnemen aan het Heilig Avondmaal. Dit betekent voor ouders vaak dat zij zoeken naar woorden om de betekenis en de waarde van het avondmaal aan hun (jonge) kinderen uit te leggen. Dit lees-, gespreks- en werkboek reikt die woorden aan en biedt ouders de mogelijkheid samen met hun kinderen na te denken over dit sacrament. De auteurs volgen daarbij de ontwikkeling van de kinderen, zodat het boek materiaal biedt voor de leeftijd van 0 tot 18 jaar. Een praktisch boek voor ouders én kinderen!



Chiel Vleesenbeek en Wim de Groot zijn beiden

predikant van de Nederlands Gereformeerde Kerk in Rotterdam.



KokBoekencentrum.nl
UITGEVERS | UTRECHT



ISBN 9789043544313 | NUR 707



9 789043 544313